

Vilkår for medlemskap i Trines Treningsglede «online styrketrening for nakke-/skulderplager»

Generelt

Trines Treningsglede online trening drives av Treningsglede AS og er tilgjengelig via lukkede Facebook-grupper administrert av Trine Bækkevar Semb.

Som medlem av «Trines Treningsglede online styrketrening for nakke-/skulderplager» har du visse rettigheter og plikter. Det er viktig at du leser punktene under for å kjenne til disse.

Medlemsavgift og betaling

En forutsetning for å bruke «Trines Treningsglede online styrketrening for vektreduksjon» er at du betaler medlemsavgift.

a) Priser med rabatt for de som ikke har vært medlem de siste 6 mnd:

- 1 måned: kr 690
- Løpende abonnement: kr 100 første måned, deretter kr 490 per måned.

b) Priser for de som har vært medlem de siste 6 mnd:

- 1 måned: kr 690
- Løpende abonnement: kr 490 per måned.

Treningsglede AS har rett til når som helst å endre denne avgiften. En slik avgiftsendring blir varslet i god tid før den trer i kraft. Medlemsavgiften må betales med bankkort (VISA eller Mastercard). Ditt medlemskap er personlig og kan ikke benyttes av andre.

Oppsigelse av løpende abonnement

Det er en oppsigelsesfrist på kun 2 dager på løpende abonnement. Abonnementet startet å løpe fra den datoen du meldte deg inn og betalte. Senere betalinger skjer på den samme datoen hver måned. Det betyr at du må ha sendt oppsigelse på mail til trine@trinestreningsglede.no senest 2 dager før denne datoen for at abonnementet og medlemsavgiften skal være sagt opp for påfølgende måned.

Trening og helse

Trines Treningsglede er basert på treningsfaglig kunnskap og er utviklet på basis av erfaring fra VG og netjtjenesten Vektklubb.no samt trenerjobbing i SATS. Du får ikke medisinske råd eller hjelp med diagnoser, skader og sykdom, kun generelle, treningsfaglige råd ment for friske.

Diskuter med legen eller fysioterapeuten din

I visse tilfeller anbefaler jeg deg å drøfte med lege eller fysioterapeut og få klarsignal før du benytter treningstilbudet online. Slike tilfeller er:

1. Dersom du er gravid etter 1.trimester.
2. Dersom du har vedvarende plager i nakke og skuldre (og rygg).
3. Dersom du har en sykdom/skade/tilstand og har spesielle behov.
4. Dersom du tar legemidler eller preparat som er skrevet ut av leger.
5. Dersom din helsetilstand ikke tillater vanlig trening.

Angrerett

I henhold til norsk lov har du rett til å si opp tjenesten og få tilbake medlemsavgiften inntil 14 dager etter påmelding, så sant du ikke har benyttet deg av tilbudene på Trines Treningsglede online trening. Beskjed om at du ønsker å benytte angreretten skal sendes trine@trinstreningsglede.no og merkes "Angrerett". Eventuell innbetalt avgift kommer til å bli tilbakebetalt innen 30 dager.

Ditt engasjement og innlegg i lukket Facebookgruppe

Facebook-gruppen du blir medlem i for en enkelt periode eller over tid med abonnement, er en lukket gruppe der nye medlemmer kommer til året rundt. Tidligere livesendinger blir liggende lagret i gruppen, med ditt eventuelle engasjement.

Opphavsrett

All opphavsrett, varemerkerettigheter, patentrettigheter og eller andre immaterielle rettigheter knyttet til Trines Treningsglede online trening innehas av Treningsglede AS.

Brudd mot de allmenne vilkår

Trines Treningsglede har rett til umiddelbart og uten foregående meddelelse å avslutte eller fryse ditt medlemskap, dersom du bryter med noen bestemmelse i disse allmenne vilkår, eller om Trines Treningsglede med god grunn mistenker at så er tilfelle.

Kontakt

trine@trinstreningsglede.no

